

[詳細献立表]

詳細献立表の記号について
★・・・特定原材料8品目(小麦、乳、卵、えび、かに、ピーナッツ、そば、くるみ)を含む食品です。

2025年 6月 2日 ～ 2025年 6月30日

センター元横山 1/5

6月 2日(月)		6月 3日(火)		6月 4日(水)		6月 5日(木)		6月 6日(金)	
献立名／食品名	g	献立名／食品名	g	献立名／食品名	g	献立名／食品名	g	献立名／食品名	g
【ウィンナーピラフ】		【ごはん】		【ごはん】		【チキンカレー】		【梅ごはん】	
米	80.00	米	91.00	米	91.00	米	95.00	米	91.00
水	0.00	水	0.00	水	0.00	水	0.00	水	0.00
鶏ももこま肉	10.00					鶏もも皮なし角切り肉	35.00	国産カリカリ梅	1.00
ウィンナー1cm輪切り	7.00	【いかのネギ塩焼き】		【ししゃもの磯辺焼き】		じゃがいも	60.00	ゆかり粉	0.50
たまねぎ	15.00	いか切身 4 0 g	0.00	ししゃも	40.00	たまねぎ	75.00	ちりめんじゃこ	2.00
にんじん	15.00	いか切身 5 0 g	0.00	青のり	0.02	にんじん	20.00		
(冷) グリンピース	5.00	いか切身 6 0 g	0.00	油	0.30	にんにく	0.20	【いわしハンバーグ】	
(冷) ホールコーン	10.00	いか切身 7 0 g	70.00			根しょうが	0.80	1/2絞り豆腐	40.00
油	1.50	根しょうが	0.50	【切干大根とツナのごまマヨ和え】		油	1.70	いわしすり身	20.00
塩	1.00	にんにく	0.90	切干しだいこん	4.00	★小麦粉	7.20	鶏もも挽肉	20.00
こしょう	0.03	ながねぎ	5.50	にんじん	15.00	★バター	3.60	たまねぎ	40.00
		酒	1.40	きゅうり	15.00	サラダ油	4.00	にんじん	6.50
【ポテトオムレツ】		みりん	1.40	ツナ	10.00	カレー粉	0.30	油	1.00
★卵	55.00	塩	0.35	サラダ油	0.80	トマトケチャップ	4.50	★卵	8.00
たまねぎ	30.00	黒こしょう	0.02	★マヨネーズ	2.40	ウスターソース	1.00	★パン粉	7.00
豚もも挽肉	10.00	しょうゆ	0.70	白つきごま	0.40	中濃ソース	1.70	★牛乳	4.00
じゃがいも	30.00	ごま油	0.30	さとう	0.80	塩	1.65	塩	0.50
★牛乳	6.00	白いりごま	1.40	しょうゆ	2.00	こしょう	0.02	こしょう	0.03
油	0.55	油	0.00	塩	0.30	カレー粉	0.70	油	1.00
★バター	0.60			酢	0.80	しょうゆ	1.40	だいこん	18.00
塩	0.55	【3色ナムル】		ごま油	0.80	水	82.00	根しょうが	0.40
こしょう	0.02	こまつな	30.00					しょうゆ	2.20
油	1.00	もやし	20.00	【肉じゃが】		【コールスロー】		みりん	1.50
トマトケチャップ	1.50	にんじん	15.00	じゃがいも	80.00	キャベツ	50.00	さとう	1.50
トマトピューレ	2.00	さとう	0.22	豚かたこま肉	20.00	(冷) ホールコーン	10.00		
中濃ソース	1.00	塩	0.40	たまねぎ	50.00	にんじん	5.00	【小松菜と油揚げの煮びたし】	
		にんにく	0.15	にんじん	20.00	酢	2.00	こまつな	15.00
【大根のフレンチサラダ】		ごま油	1.00	糸こんにゃく	30.00	油	1.50	もやし	35.00
にんじん	10.00	白いりごま	0.90	(冷) さやいんげん	5.00	からし(粉)	0.05	にんじん	10.00
だいこん	25.00			油	1.00	さとう	1.30	油揚げ	10.00
きゅうり	25.00	【豚キムチ】		さとう	2.50	塩	0.40	さとう	0.80
酢	2.00	豚バラこま肉	25.00	しょうゆ	6.00			塩	0.20
オリーブ油	2.50	豚かたこま肉	25.00	塩	0.10	【りんごヨーグルト】		酒	0.50
さとう	0.90	にんにく	0.30	水	25.00	りんご(缶詰)	30.00	しょうゆ	3.00
塩	0.40	酒	0.30			★ヨーグルト	50.00	かつおぶし粉	1.00
からし(粉)	0.05	しょうゆ	1.00	【茎わかめのしょうが炒め】					
		キムチ漬け	10.00	くきわかめ	15.00	【牛乳】		【田舎汁】	
【野菜スープ】		八王子産白菜キムチ	30.00	根しょうが	0.50	★牛乳	206.00	鶏ももこま肉	10.00
鶏ももこま肉	15.00	根しょうが	1.00	ごま油	0.60			ごぼう	15.00
たまねぎ	30.00	たまねぎ	15.00	しょうゆ	1.00			だいこん	10.00
にんじん	15.00	にら	5.00	みりん	0.50			にんじん	15.00
キャベツ	35.00	ながねぎ	10.00	酒	0.50			じゃがいも	15.00
塩	1.00	もやし	30.00	白いりごま	1.00			生揚げ	10.00
こしょう	0.02	干ししいたけ	1.00					高野豆腐	2.00
しょうゆ	1.50	油	1.00	【牛乳】				ながねぎ	7.00
パセリ(乾)	0.10	塩	0.30	★牛乳	206.00			油	0.60
干しほたて貝柱	1.00	しょうゆ	1.50					みそ	5.00
けずり節	3.00	酒	1.00					赤みそ	5.00
水	115.00	こしょう	0.03					けずり節	3.00
		水	10.00					水	120.00
【牛乳】		でんぷん	0.50						
★牛乳	206.00	ごま油	0.50					【牛乳】	
								★牛乳	206.00
		【果物】							
		清見オレンジ	50.00						
		【牛乳】							
		★牛乳	206.00						

[詳細 献立表]

詳細献立表の記号について

★・・・特定原材料8品目(小麦、乳、卵、えび、かに、ピーナッツ、そば、くるみ)を含む食品です。

2025年 6月 2日 ~ 2025年 6月30日

センター元横山

2/5

6月 9日(月)		6月10日(火)		6月11日(水)		6月12日(木)		6月13日(金)	
献立名／食品名	g	献立名／食品名	g	献立名／食品名	g	献立名／食品名	g	献立名／食品名	g
【やきとり丼】		【ビビンバ】		【きんぴらサンド】		【ごはん】		【ごはん】	
米	90.00	米	91.00	コッペパン40g上スライス	0.00	米	91.00	米	91.00
水	0.00	水	0.00	コッペパン50g上スライス	0.00	水	0.00	水	0.00
鶏もも角切肉	70.00	豚もも干切肉	35.00	コッペパン60g上スライス	0.00				
しょうゆ	1.20	にんにく	0.50	★コッペパン70g上スライス	70.00	【マーボー豆腐】		【ゆのす香る ねぎ塩チキン】	
酒	1.30	根しょうが	0.50	★スパゲティ	8.00	豆腐（絹ごし）	100.00	鶏もも角切肉	65.00
根しょうが	0.70	切干しだいこん	5.00	ごぼう	30.00	豚かた挽肉	30.00	塩	0.26
油	1.50	ごま油	1.00	にんじん	20.00	ながねぎ	20.00	酒	1.30
ながねぎ	50.00	トウバンジャン	0.13	（冷）さやいんげん	3.00	たまねぎ	15.00	油	0.00
しょうゆ	5.00	酒	1.30	鶏ももこま肉	5.00	にんじん	30.00	ゆず果汁	1.56
さとう	2.50	さとう	3.00	油	1.00	にら	4.00	しょうが	0.39
みりん	6.00	しょうゆ	4.00	酒	2.00	根しょうが	1.50	にんにく	0.78
水	6.00	みりん	2.50	さとう	2.50	にんにく	0.40	ながねぎ	9.10
でんぷん	0.50	にんじん	10.00	しょうゆ	4.00	干しいたけ	0.50	酒	1.30
きざみのり	0.00	もやし	30.00	水	4.50	サラダ油	1.00	みりん	1.30
		こまつな	15.00	白いりごま	0.50	さとう	2.20	塩	0.39
【キャベツのみそ汁】		塩	0.30	ごま油	0.60	しょうゆ	6.00	こしょう	0.01
カットわかめ	0.50	白いりごま	0.60			赤みそ	6.60	しょうゆ	0.65
キャベツ	35.00	ごま油	1.00	【キャベツのクリーム煮】		水	22.00	ごま油	0.26
じゃがいも	15.00			じゃがいも	30.00	でんぷん	2.20	白いりごま	1.30
こまつな	10.00	【ポップビーンズ】		鶏もも皮なしこま肉	20.00	ごま油	0.55	でんぷん	1.30
油揚げ	7.00	大豆	15.00	にんじん	20.00	トウバンジャン	0.15		
みそ	6.00	でんぷん	1.60	たまねぎ	40.00			【ごま和え】	
赤みそ	5.00	油	3.00	キャベツ	40.00	【春雨スープ】		こまつな	20.00
けずり節	3.00	青のり	0.15	ブロッコリー	10.00	豚ももこま肉	10.00	もやし	30.00
水	140.00	塩	0.20	（冷）グリーンピース	3.00	にんじん	10.00	にんじん	10.00
				油	0.80	ながねぎ	20.00	さとう	1.50
【フルーツ白玉】		【トマトと卵のスープ】		★小麦粉	6.00	きくらげ	0.50	しょうゆ	3.00
フルーツミックス缶	60.00	鶏ももこま肉	5.00	油	3.00	たけのこ缶	15.00	みりん	2.00
冷凍白玉	25.00	たまねぎ	35.00	★バター	3.00	チンゲン菜	15.00	ごま油	1.00
		★卵	20.00	★牛乳	35.00	はるさめ	3.00	白すりごま	2.00
【牛乳】		トマト	25.00	水	35.00	塩	1.10		
★牛乳	206.00	カットわかめ	0.50	塩	1.00	しょうゆ	1.50	【呉汁】	
		油	0.70	こしょう	0.03	干しほたて貝柱	1.00	豚ももこま肉	10.00
		塩	1.30	★生クリーム	2.50	けずり節	3.00	大豆	5.00
		こしょう	0.02			水	125.00	にんじん	10.00
		干しほたて貝柱	1.00	【コロコロサラダ】		ごま油	0.40	だいこん	15.00
		けずり節	3.00	だいこん	25.00			干しいたけ	0.50
		水	125.00	きゅうり	25.00	【みかんのミルク寒天】		じゃがいも	10.00
		でんぷん	1.10	にんじん	15.00	粉寒天	0.48	たまねぎ	10.00
				しょうゆ	1.50	さとう	6.00	油揚げ	5.00
		【牛乳】		さとう	0.80	水	20.00	豆腐（絹ごし）	15.00
		★牛乳	206.00	酢	1.50	★牛乳	35.00	こまつな	5.00
				油	1.00	みかん缶	30.00	みそ	6.00
				ごま油	0.30			赤みそ	5.00
				白いりごま	0.90	【牛乳】		煮干し	3.00
				塩	0.40	★牛乳	206.00	水	110.00
				ミニトマト	10.00				
								【牛乳】	
								★牛乳	206.00
				【牛乳】					
				★牛乳	206.00				

[詳細献立表]

詳細献立表の記号について

★・・・特定原材料8品目(小麦、乳、卵、えび、かに、ピーナッツ、そば、くるみ)を含む食品です。

2025年 6月 2日 ~ 2025年 6月30日

センター元横山

3/5

6月16日(月)		6月17日(火)		6月18日(水)		6月19日(木)		6月20日(金)			
献立名／食品名		g	献立名／食品名		g	献立名／食品名		g	献立名／食品名		g
【ごはん】			【わかめじゃこごはん】			【◆はちっこつけ麺】			【ごはん】		
米	91.00	米	91.00	★むし中華めん	150.00	米	91.00	米	91.00	米	91.00
水	0.00	水	0.00	油	2.00	水	0.00	水	0.00	水	0.00
		国産わかめご飯の素	1.00	しょうゆ	2.00						
		ちりめんじゃこ	2.00	水（だし汁）	3.00						
【鮭の塩焼き】						【◆鶏肉の香味焼き】			【■鯖のカレー焼き】		
甘塩鮭 4 0 g	0.00			豚バラこま肉	15.00	鶏もも切身 4 0 g	0.00	さば切身40g	0.00		
甘塩鮭 5 0 g	0.00	【厚焼き卵】		たけのこ缶	8.00	鶏もも切身 5 0 g	0.00	さば切身50g	0.00		
甘塩鮭 6 0 g	0.00	★卵	60.00	根しょうが	0.40	鶏もも切身 6 0 g	0.00	さば切身60g	0.00		
甘塩鮭 7 0 g	70.00	鶏もも挽肉	8.00	ごま油	0.60	鶏もも切身 7 0 g	70.00	さば切身70g	70.00		
油	0.00	たまねぎ	20.00	しょうゆ	0.60	根しょうが	0.20	根しょうが	1.00		
		にんじん	10.00	さとう	0.20	みりん	1.00	酒	1.00		
		干ししいたけ	0.30	酒	0.50	にんにく	0.20	しょうゆ	3.00		
【筑前煮】		油	0.50	なると	4.00	ながねぎ	1.00	カレー粉	0.30		
鶏もも皮なしこま肉	20.00	さとう	1.10	もやし	20.00	みそ	4.00				
じゃがいも	30.00	しょうゆ	1.10	（冷）ホールコーン	8.00	しょうゆ	2.00	【チンゲン菜のからしあえ】			
にんじん	25.00	塩	0.30	こまつな	15.00	油	0.00	もやし	30.00		
ごぼう	20.00	水（だし汁）	5.00	塩	0.50			チンゲン菜	15.00		
こんにゃく	15.00	油	1.00	こしょう	0.02	【大豆の甘辛煮】		にんじん	5.00		
たけのこ缶	15.00			しょうゆ	4.00	豚かたこま肉	15.00	かまぼこ	5.00		
（冷）さやいんげん	5.00	【ビーフン炒め】		煮干し	2.00	大豆	15.00	しょうゆ	3.00		
油	0.80	ビーフン	10.00	けずり節	2.00	だいこん	15.00	みりん	1.60		
さとう	1.70	豚もも千切肉	10.00	チンタンスープ	20.00	えだまめ(冷凍)	3.00	さとう	0.10		
塩	0.04	にんじん	10.00	水	105.00	根しょうが	0.80	塩	0.10		
しょうゆ	4.00	たけのこ缶	15.00	たまねぎ	20.00	しょうゆ	3.60	からし(粉)	0.05		
酒	1.00	たまねぎ	20.00			さとう	2.40				
水（だし汁）	17.00	干ししいたけ	0.60	【うずら卵の塩ゆで】		酒	1.20	【かぶのみそ汁】			
		ピーマン	6.00	★うずらの卵	30.00	みりん	1.20	カットわかめ	0.40		
【なめこのみそ汁】		きくらげ	0.30	塩	0.10			キャベツ	20.00		
カットわかめ	0.50	根しょうが	0.30	水	3.00	【きのこのかきたま汁】		たまねぎ	20.00		
なめこ	11.00	油	1.00			にんじん	15.00	かぶ	30.00		
だいこん	15.00	塩	0.30	【キャンディーポテト】		しめじ	5.00	赤みそ	5.00		
豆腐（絹ごし）	20.00	こしょう	0.03	さつまいもフレンチ	80.00	えのきたけ	10.00	みそ	6.00		
油揚げ	7.00	しょうゆ	1.40	油	3.00	たまねぎ	15.00	煮干し	3.00		
ながねぎ	10.00	ごま油	0.50	さとう	5.00	こまつな	20.00	水	125.00		
赤みそ	5.00			★バター	2.00	★卵	18.00				
みそ	6.00	【けんちん汁】		水	3.00	塩	1.00	【牛乳】			
煮干し	3.00	豆腐（絹ごし）	20.00			しょうゆ	2.00	★牛乳	206.00		
水	130.00	油揚げ	5.00	【野菜の南蛮漬け】		こしょう	0.02				
		ごぼう	15.00	きゅうり	15.00	でんぷん	1.00				
【果物】		にんじん	15.00	だいこん	30.00	けずり節	3.00				
（冷）みかん	50.00	ながねぎ	10.00	にんじん	10.00	水	125.00				
【牛乳】		じゃがいも	20.00	ごま油	0.50						
★牛乳	206.00	だいこん	15.00	しょうゆ	2.00	【果物】					
		こんにゃく短冊	10.00	さとう	0.80	さくらんぼ（佐藤錦）	20.00				
		油	0.80	塩	0.06						
		塩	0.50	酢	0.60	【牛乳】					
		しょうゆ	6.00	一味唐辛子	0.01	★牛乳	206.00				
		けずり節	3.00								
		水	100.00								
				【牛乳】							
		★牛乳	206.00	★牛乳	206.00						

[詳細 献立 表]

詳細献立表の記号について

★・・・特定原材料8品目(小麦、乳、卵、えび、かに、ピーナッツ、そば、くるみ)を含む食品です。

2025年 6月 2日 ~ 2025年 6月30日

センター元横山

5/5

[illegible]